原著

生後3歳の子どもをもつ母親の育児への自信と心身の状態，属性，育児のサポートの関連

長野県看護大学
清水　嘉子

抄　録

本研究の目的は，生後3歳の子どもを持つ母親の育児への自信を明らかにすると共に，育児幸福感，育児ストレス，蓄積的疲労，属性，育児のサポート等との検討をすることである。生後3歳の子どもをもつ母親700人を対象に自記式質問紙調査を行い，482人のデータを質的，統計学的に分析した。そのうち，育児への自信の自由記述への回答は138人であった。結果は，育児への自信を感じる者は33.2%，自信を感じない者は54.1%であった。育児幸福感が高く，夫や実母の他に相談できる，経済的不安がない，育児ストレスや蓄積的疲労の低い母親に育児に自信を感じる者が有意に多かった。しかし，夫や実母の他に相談できる，経済的不安がないことについては育児の自信との関連は小さかった。育児への自信を感じる育児事情には【子どもから得られる自信】や【母親自身の変化の気づきによる自信】に加え【周囲の人から得られる自信】がみられ，本結果から母親の育児への自信を高める要因とその支援について考察した。

キーワード：育児，母親，自信，3歳

Ⅰ．緒　言

子どもが3歳になると，短時間のうちにやりとりの仕方を身につけてしまうなど，身体を通して学習することが早い。なんにでも興味を持って「どうして？」「なぜ」の質問が増え，友だちと遊ぶ楽しさを知って，人間関係を広げていこうとする大切な時期である。情緒が発達し喜怒哀楽の感情表現が豊かになり，相手の感情に反応して注意を向けたり，慰めたりする反面，イヤなことはイヤとわがままを言いだして，ぐずりが長引いたりすることもある。3歳児をもつ母親は4か月時の母親，1歳6か月時の母親より，育児のイライラ感が高く，育児で困ったことを抱えている。また，この時期の育児ストレスの高い母親は子どもが良いことをしたとき抱きしめることが少ないことが示されている[1]。3歳健診は，母子保健法第1条で健診の実施が義務付けられており，児の発育や運動発達そして精神運動発達の確認，さらには母親をはじめとする保育者の保育態度や保育環境を知る目的で行われている。特にこの時期は母親や保育者の育児への姿勢，態度が児の発達に大きく影響すると考えられている。

研究者は先行して生後3か月や1歳6か月の児を持つ母親を対象とした研究[2,3]を行っており，そこでは，3か月では育児に自信を感じる母親と感じない母親は半々であったが，1歳6か月では自信を感じない母親が6割に増えていた。母親としての自信には，「母親が育児すること，子どもを理解することができる能力を母親が認識していること」[4]としており，育児で「できると思える体験」は，母親としての自己同一性を獲得していく上でも大切な体験である。子どもの成長と共にできると思える体験を増やしていくことは，育児の自信につながり母親としての自信にも良い影響となる[5]。このことから，母親の育児への自信に対する支援は大切になる。特に3歳児の母親は，最も育児不安が高いという調査結果もあり[6]，妊娠期から3歳までの母親では，一貫して状態不安

平成28年2月10日受付，平成28年9月3日受理

が高く，高不安状態であること，一般女性に比べ有意に高いことが示されている[7]。生後6～11か月の子どもを持つ母親を対象とした調査によると，蓄積疲労度では，身体不調を抱え健康状態を悪く認識した疲労症状があり，睡眠の回復感は良好でないことが明らかにされている[8]。さらに母親の年齢が高くなり，子どもの活動性が増すに従って身体の不調を感じられると考えられる。そこで，本研究ではこうした母親の育児幸福感や育児ストレスの心理状況に加えて，身体の状態を明らかにする。

さらに子育て期の生活時間の変化では，夫婦のみの時期から子どもが生まれてからは，夫の帰宅時間は遅くなり，5割が9時過ぎとなっている。さらに，妻の家事育児時間が増加し，夕食は，夫は帰ってから妻と子と別に食べるようになり，夫の4割が9時過ぎに夕食となっている。また，夫の7割が帰宅時間は不規則となり，家事育児の生活時間に占める割合は，夫婦のみから，初子の出産で大幅に増加し，長子1～3歳で最長となり，その後，子の成長に伴い減少している[9]。特に夫からのサポートが多いほど母親の抑うつが低く，サポートの必要性が高いほど夫からのサポートが多いことが明らかにされている[10]。また母親の経済的な負担感がウェルビーイングに影響していることが分っている[11]。これらを踏まえて本研究では，一般的な母親の属性に加えて相談者に関することや経済的な不安について検討することとした。以上のことから，本研究は，1歳6か月健診から1年6か月を経過した体や心の発達の著しい3歳児をもつ母親を対象として，育児への自信を感じることや母親の育児幸福感，育児ストレス，蓄積的疲労徴候インデックスや属性並びに育児のサポートや経済的な不安などの要因と育児への自信の関連について明らかにすることを目的とした。

Ⅱ．研究方法

1. 研究対象

S県内にあるA・B市に在住する，生後3歳の子どもをもつ母親700名。

2 調査方法と調査期間

平成24年7月から平成26年1月のS県内にあるA市・B市にある2か所の保健センターで行われた3歳健診のご案内の郵便物に調査協力願いの説明文と質問紙を同封した。健診当日に質問紙調査に回答の上，持参することを依頼した。なお，本研究は縦断調査の一部であり，子どもの年齢が生後3か月および1歳6か月の時点においても同様の調査を実施している。

3. 調査内容

調査は自記式質問紙調査とした。質問紙の内容は，「子育てに自信が持てるようになったと感じるか」について，はい，いいえの回答を求めた。自信が持てるようになったと感じることを本研究において「育児への自信」とした。さらに自信をもてたと感じた事柄について，母親の自覚の背景にある育児事情を知るために自由記述（複数回答可能とする）を求めた。また，育児への自信との関連を検討するために清水らによる尺度（育児幸福感尺度短縮版，育児ストレス尺度短縮版），蓄積的疲労徴候インデックスにより，3歳児の母親の心身の状態や，母親の属性として年齢，出産経験，家族構成，就労形態について，さらに育児に関する相談者に関して，夫に相談できるか，夫や実母以外の相談者がいるか，経済的な不安や育児を手伝ってくれる人がいるかについて，はい，いいえで回答を求めた。

1）調査に用いた尺度

(1) 育児幸福感尺度短縮版

母親が育児中に感じる肯定的な気持ちをもつ場面について，自由記述により得られた41項目の内容を分類して“育児の喜び”5項目，“子どもとの絆”4項目，“夫への感謝”4項目の3因子からなる13項目の短縮版尺度を用いた[12, 13]。各項目は「あてはまる」から「あてはまらない」の5段階で評価した。3つの因子のそれぞれの項目の内的整合性を表すα係数は0.77～0.86と十分な値が得られている。この尺度により，育児幸福感の程度を知ることができ，特点が高いほど育児幸福感を感じていると解釈できる。

(2) 育児ストレス尺度短縮版

育児中に感じる否定的な気持ちをもつ場面について，自由記述により得られた33項目の内容を分類して“心身的疲労”6項目，“育児不安”6項目，

“夫の支援のなさ”4項目の3因子からなる16項目短縮版尺度を用いた[14,15]。各項目は「あてはまる」から「あてはまらない」の5段階で評価した。3つの因子のそれぞれの項目の内的整合性を表すα係数は0.82～0.86と十分な値が得られている。この尺度により，育児ストレスの程度を知ることができ，特点が高いほど育児ストレスを感じていると解釈できる。

(3) 蓄積的疲労徴候インデックス

労働環境において蓄積的な疲労をとらえる尺度として越河により作成されている[16]。‘不安徴候’10項目，‘抑うつ状態’10項目，‘一般的疲労感’11項目，‘イライラの状態’8項目，‘労働意欲の低下’11項目，‘気力の減退’11項目，‘慢性疲労’6項目，‘身体不調’9項目の8下位尺度，80項目である。尺度を使用するにあたり下位尺度項目の‘労働意欲の低下’は該当しないことから外し，本研究が子育てによる状態をとらえることから，尺度項目にある仕事の文言は子育てに置換した。最終的には7下位尺度，69項目とした。尺度の変更は，作成者の承諾を得た。評価基準は2段階のあてはまる，あてはまらないである。7つの因子のそれぞれの項目の内的整合性を表すα係数は0.89～0.87と十分な値が得られている。このインデックスにより，育児中の母親の蓄積的な疲労について明らかにすることができ，特点が高いほど蓄積的疲労徴候があると解釈できる。

4. 分析方法

育児ストレスと育児幸福感の5段階による尺度基準は，“あてはまる”から“あてはまらない”に，5点から1点を付与し下位項目ごとに合計した。蓄積的疲労インデックスは，2段階評価であり，“あてはまる”に1点を付与して下位尺度項目ごとに合計した。各尺度の最大得点は育児幸福感65，育児ストレス80，蓄積的疲労感69となる。育児への自信を感じるか，感じないかを従属変数として，育児幸福感，育児ストレス，蓄積的疲労インデックスを独立変数として分析を行った。最初にKolmogorov-Smirnovの正規性の検定により正規分布でないことから，マンホイットニーUの検定を行った次に母親の属性や育児のサポート等を独立変数としてχ^2検定を行った。統計分析の有意水準は$p < 0.05$とした。自由記述については，記述の内容を読み込み育児への自信を感じた育児事情の記述をローデータとして抽出し類似したものを分類した後に，サブカテゴリー名を命名した。さらに類似した内容をまとめカテゴリー名を命名した。その際，先行研究で明らかにされたカテゴリー，サブカテゴリーと比較し，変化や違いを明らかにすることをから，類似している内容については，同じカテゴリー，サブカテゴリーを用いた。異なった内容については新たな，サブカテゴリー，カテゴリーを命名した。なお，欠損回答については分析から除外した。

5. 倫理的配慮

調査の依頼文には，自由意思による協力であること，連結可能匿名化とするために番号で処理し個人を特定しないことなどを明記した。なお，調査用紙の回収をもって調査への同意が得られたものとした。倫理審査は研究者の所属する倫理委員会の審査を受け平成23年に承認(#28, 30)を得た。

Ⅲ. 結 果

1. 対象者の属性

協力の得られた母親は482名であり，回収率は68.9%であった。母親の平均年齢は34.3 ± 5.0歳であり，子どもの数は平均2人であった。初産は22.8%，経産は77.2%であった。家族形態では，核家族71.7%，複合家族28.3%であった。就業状況では，専業主婦52.8%，パートタイム17.7%，フルタイム23.4%であった。

2. 育児への自信に関連した育児事情

欠損データを除いた421人のうち育児への自信を感じる母親は33.2%，自信を感じない母親は54.1%であり，自信を感じない者が多い傾向にあった。育児への自信を感じると回答した人のうち138人（86.3%）が自信を感じた育児事情について記述していた。カテゴリーを【 】，サブカテゴリーを〈 〉，自由記述は“ ”で表示した。分析の結果164ローデータが見出され，カテゴリーでは，ローデータの件数の多かった順に【子どもから得られる自信】，次いで【母親自身の変化の気づきによる自信】，件数は少ないが【周囲の人から得られる自信】で構成された。以下，カテゴリーについてサブカテゴリーとローデータに

表1　3歳の子どもをもつ母親の育児への自信を感じる育児事情

n = 138

カテゴリー	サブカテゴリー	件数	
子どもから得られる自信	子どもが成長している姿	25	78
	上の子どもの成長の様子から	19	
	良い子に育っている	19	
	子どもに必要とされている	9	
	子どもと意思疎通が取れた	6	
母親自身の変化の気づきによる自信	子育てに余裕を感じる	23	65
	子育ての経験がある	13	
	子育てがうまくできている	11	
	よくやってきたと思えることがある	9	
	子育てを楽しめている	5	
	周りの人にアドバイスできる	2	
	皆同じと思える	2	
周囲の人から得られる自信	周りの人に助けられている	11	21
	周りの人に認められる	10	
		計	164件

より紹介する（表1）。

1)【子どもから得られる自信】

【子どもから得られる自信】は，5つのサブカテゴリーで構成された。“子どもの日々の成長を感じると，自分のやってきたことが間違いではなかったと自信が持てる気がする”などから，＜子どもが成長している姿＞や，“子どもが3人いますが一番上の子が割といい子に育っているのでこのままの子育てでいと感じる”などから，＜上の子どもの成長の様子から＞育児への自信を感じていた。また，“自分の娘が物や人に優しくしているときにそう思う”などから＜良い子に育っている＞ことや，“「パパ，ママとずっと一緒にいたい。大好き」という言葉だけでうれしいです”などから，＜子どもに必要とされている＞ことや，“少しの時間でも抱っこやおんぶをしたり抱っこしながら絵本を読んだりした時，子どもが素直に喜んでくれていうことも聞いてくれた”などから，＜子どもと意思疎通がとれた＞ことを育児への自信として感じていた。

2)【母親自身の変化の気づきによる自信】

母親自身の変化の気づきによる自信は7のサブカテゴリーで構成された。サブカテゴリーで最も多かったのは，“育児とはこんなものか・・と少し余裕が出てきたように感じる”にあるように＜子育てに余裕を感じる＞ていた。“一人育てる不安，悩みがあったが二人目三人目と自信がついてきた”などの＜子育ての経験がある＞ことや，“ぐずる子どもに頭ごなしに怒らずちゃんと言い聞かせ，納得するようになった”などの＜子育てがうまくできている＞ことや，“苦労したり悩んだりすること，辛くて嫌なことですがそれがあったから今があるとやっと思えるようになった”など＜よくやってきたと思えることがある＞ことが育児の自信につながっていた。さらに，“子育ての楽しさや喜びを与えられたと感じることができるようになった”などの＜子育てを楽しめている＞ことや，“他のお母さんと交流することで 自分だけじゃない・・・・(怒ったり悩んだりすること)と思い，自分なりに育児をすればいいと思っている"などの＜皆同じと思える＞ことや，"自分のわかることは後輩ママにアドバイスしたり，少しは悩み相談に乗ったりすることができた”ことから＜周りの人にアドバイスできる＞自分を自覚して自信につなげていた。

3)【周囲の人から得られる自信】

他者によって得られる自信は2つのサブカテゴリーで構成された。“旦那はもちろんお兄ちゃんも弟の手伝いをしてくれるので，一人で子育てをしていないという気持ちを強く感じます”などから

＜周りの人に助けられている＞ことを感じており，さらに，“周囲の人々が子どもをほめてくれた時に喜びとともに自信がもてた”ことから＜周りの人に認められる＞と受け止めて自信を得ていた。

3. 育児幸福感，育児ストレス，蓄積的疲労と育児への自信との関係

育児への自信を感じることと育児ストレス，育児幸福感，蓄積的疲労の分析を行った。各尺度下位項目の平均，標準偏差は，育児幸福感（育児の喜び23.56 ± 2.49，子どもとの絆17.79 ± 2.69，夫への感謝17.57 ± 2.82），育児ストレス（心身の疲労15.08 ± 5.83，育児不安10.74 ± 4.63，夫の支援のなさ8.62 ± 4.02），蓄積的疲労（不安1.56 ± 2.03，抑うつ1.53 ± 1.85，一般的疲労2.23 ± 2.07，イライラ1.90 ± 1.83，気分の減退1.70 ± 2.39，慢性疲労1.54 ± 1.73，身体不調1.06 ± 1.46）であった。分析の結果，育児ストレスの心身の疲労を除くすべての下位項目において，育児への自信のある者が有意に低い結果になった。また，育児幸福感では，すべての下位項目において育児への自信のある者が有意に高い結果となった。蓄積的疲労では，‘身体不調’を除くすべての下位項目において育児への自信のある者が有意に低い結果となった。（表2-1，2-2）。

4. 育児への自信と属性や育児の相談，支援，経済的不安との関係

年齢，初経産，家族形態，就業との分析では，育児への自信に有意差はなかった（表3-1）一方，支援の状況では，夫や実母のほかに相談できる人がいる母親が，育児への自信を感じている者が有意に多い結果となった（$p < 0.01$）。また，経済的不安がない母親が，育児への自信を感じているものが有意に多い結果となった（$p < 0.05$）（表3-2）。これら2項目については自信との関連は小さかった。

Ⅳ. 考　察

1. 3歳の子どもをもつ母親の育児への自信について

3歳の子どもをもつ母親の育児への自信を感じる者は33％の母親が感じており，子どもが3か月，1歳6か月の頃[2,3]に比べて，母親に自信を感じる者が減っていた。母親の抱える困り事や悩

表2-1　育児幸福感と育児ストレス得点の比較　―子育てに自信を感じる群と自信を感じない群―

		自信を感じる			自信を感じない				
		n	M	SD	n	M	SD	z	p
育児幸福感	育児の喜び	160	24.12	1.615	261	23.22	2.919	− 3.45	0.001
	子どもとの絆	160	18.11	2.490	261	17.55	2.855	− 2.36	0.018
	夫への感謝	160	18.26	2.285	261	17.21	3.024	− 3.79	0.000
育児ストレス	心身の疲労	160	14.42	5.893	261	15.56	5.745	− 1.94	0.052
	育児不安	160	9.34	3.877	261	11.93	4.748	− 5.78	0.000
	夫の支援のなさ	160	8.02	3.993	261	9.00	3.945	− 2.58	0.010

Mann-Whitney U 検定

表2-2　蓄積的疲労得点の比較　―子育てに自信を感じる群と自信を感じない群―

	自信を感じる			自信を感じない				
	n	M	SD	n	M	SD	z	p
不安徴候	160	1.38	2.03	261	1.89	2.14	− 3.11	0.002
抑うつ状態	160	1.24	1.56	261	1.82	2.07	− 2.94	0.003
一般的疲労感	160	1.96	1.97	261	2.47	2.13	− 2.78	0.005
イライラの状態	160	1.49	1.70	261	2.18	1.86	− 4.01	0.000
気力の減退	160	1.26	2.03	261	2.10	2.70	− 3.55	0.000
慢性疲労	160	1.39	1.67	261	1.75	1.82	− 2.17	0.030
身体不調	160	0.96	1.37	261	1.20	1.53	− 1.65	0.099

Mann-Whitney U 検定

表3-1　3歳の子どもをもつ母親の育児への自信と属性

母親の属性		n	育児への自信 感じる	育児への自信 感じない	χ^2	p	ϕ	残差
核家族		302	119（39.4）	183（60.6）	0.888	0.346	0.046	0.9
複合家族		119	41（34.5）	78（65.5）				
初産		96	33（34.4）	63（65.6）	0.695	0.404	0.041	0.8
経産		325	127（39.1）	198（60.9）				
母親の年齢	20歳代	73	23（31.5）	50（68.5）				1.3
	30歳代	278	107（38.5）	171（61.5）	2.035	0.361	0.070	0.3
	40歳代	70	30（42.9）	40（57.1）				0.9
専業主婦		221	79（35.7）	142（64.3）				0.9
パートタイム		74	33（44.6）	41（55.4）	1.896	0.387	0.069	1.4
フルタイム		98	36（36.7）	62（63.3）				0.2

χ^2検定（%）　ns

表3-2　3歳の子どもをもつ母親の育児への自信と相談者，支援者，経済的不安

支援や経済状況	n	育児への自信 感じる	育児への自信 感じない	χ^2	p	ϕ	残差
夫に相談できる	335	132（39.4）	203（60.6）	1.160	0.281	0.054	1.1
夫に相談できない	65	21（32.3）	44（67.7）				
夫や実母のほかに相談できる人がいる	369	147（39.8）	222（60.2）	4.690 *	0.030	0.106	2.2
夫や実母のほかに相談できる人がいない	50	12（24.0）	38（76.0）				
育児を手伝ってくれる人がいる	388	152（39.2）	236（60.8）	2.174	0.140	0.072	1.5
育児を手伝ってくれる人がいない	31	8（25.8）	23（74.2）				
経済的不安がある	157	49（31.2）	108（68.8）	5.04 *	0.025	0.110	2.2
経済的不安がない	263	111（42.2）	152（57.8）				

χ^2検定（%）　＊：$p < 0.05$（両側検定）

みは子どもの年齢が上がるに従い変化している。また，困り事や悩みの数も増えている[17]。特に子どもとの関係性に悩む3歳頃には，母親は育児の自信をもつことが難しくなっていることが考えられる。

育児への自信を感じる育児事情では，【子どもから得られる自信】と【母親自身の変化の気づきによる自信】が大半を占めていた。ごくわずかであったが，【周囲の人から得られる自信】として，周りの人に認められた，助けられていると感じていた。これらの育児への自信に関する育児事情は，育児幸福感を実感することに関連した，育児で生じた感謝などのポジティブな感情に類似していた。育児への自信は母親が感じるポジティブな感情であり，こうした感情には，子どもを対象として起こっていることが育児幸福感の研究から明らかにされている[18]。そして，ポジティブ感情は，より他者の方向に注意を向ける動きをもっており，ウェルビーイングが高められることが示唆されている[19]。このことからも，育児の対象である子どもから得られる育児への自信からポジティブ感情を引き出すことができると考えられる。

本結果は1歳6か月の母親[3]と同様のカテゴリーであったが，＜良い子に育っている＞，＜皆同じと思える＞ととらえることや＜よくやってきたと思えることがある＞や＜周りの人にアドバイスできる＞などの振り返りにより，1歳6か月の母親にないサブカテゴリーがあった。子どもの成長に伴って自身の変化をより多面的に感じていることが分った。自分自身に対する振り返りや，周りの母親との比較や関わりについて客観的にとらえることができるようになっている点が大きな違いといえる。その他のサブカテゴリーでは，同様の育児事情が育児への自信を感じることに通じており1歳6か月から3歳の子どもをもつ母親の育児への自信を感じる普遍的な育児事情と考えら

れる。

2. 育児への自信に関連している要因と育児支援について

育児への自信には年齢，初経産，家族形態，就労形態による違いはなかった。今回の結果では有意な差はなかったが，先行研究によると，子どもの数による生活満足度の差は，子どもが一人の母親の生活満足度が高く，特に親性因子については，明らかに子ども一人の初産婦の母親が「親である自分」や「親である生活」への満足感が高い状況がみられている[20]。また，育児充実感においても初産婦に高い結果がみられており[21]，経産婦の育児への自信は低いことが推察される報告となっている。加えて，夫の協力が得られないことや，複数の子どもを育てること，自分の時間が持てないなどの束縛観や困難感が示されている[4, 21]。本研究対象である母親が，育児の経験をプラスにとらえている傾向にあったことや，育児への自信に関連した育児状況の自由記述では，言葉にして育児への自信の実感を確認できていることが影響していると考えられる。経産婦はすでに育児の経験があることから，自信を得やすいと考えるのではなく母親の置かれた状況や不安や悩みに耳を傾けることが大切になる。

相談者がいる者が，母親の育児への自信を感じていることに有意な差が見られたもののその関連は小さかった。この点は，3か月児[2]，1歳6か月の子どもをもつ母親[3]において同じ結果であったが，関連性の分析はしていないため，考察することは難しい。

3歳児をもつ母親では，夫や実母の他に相談できる人がいること，経済的な不安が育児への自信を感じることに関連は小さいが影響していた。母親の育児不安は児が3，4歳の頃が最も高く，0歳児は低く個人差が大きいことが明らかにされており[22]，子どもが3歳になる育児不安が強く見られる頃に，夫や実母の他に相談者できることは，子どもが小さい時期に比べて，より母親の子どもへの安定した対応とさらなる自信につながることが推察された。

また，経済的な不安は，子どもの成長と共に母親の育児の自信に関連は小さいが影響していた。経済的にゆとりのない群の母親が，育児への価値づけのなさや育児期の生活不満，自信のなさにおいて育児不安得点が高いことからも[23]，常に経済的不安を抱えることで，自信を感じる育児事情を経験したとしても，価値付けのなさや自信のなさから自信として感じにくくなることが考えられた。

身体の状態では，育児に自信を感じない母親は‘身体の不調’を除くすべての蓄積的疲労感を自覚していた。育児に自信のない母親はうつ状態にあり，社会的支援が受けられておらず自身の育児能力に対する評価は低かったことからも[24]，これらの健康面への働きかけや育児不安に対する支援が育児への自信を高めることに間接的に有効であると考えられた。子どもの成長や発達への悩みが，母乳や授乳，生活リズムの悩みから変化していることから[16]，専門職者は具体的な生活習慣の自立を進める具体的な方法をその開始時期に合わせて指導していくことが大切になると考えられた。

母親の心理状態である育児ストレスや育児幸福感は，母親の育児への自信を感じることに関係していた。このことは，育児への自信を感じている母親は育児ストレスが低く，育児幸福感の高い母親であり，育児ストレスや育児幸福感への支援を進めることが，育児への自信を感じることへの支援にも通じることが推察された。

なお本研究は縦断調査の一部であり，子どもの年齢が生後3か月および1歳6か月の時点においても同様の枠組みで調査を実施している。研究がスタート時点から一貫した内容としているため，調査項目の変更の限界がある。今後は，横断データとしての分析に加えて，縦断的な分析を行い母親の子どもの成長に伴った変化や特徴を明らかにする課題がある。

V. 結　論

3歳の子どもをもつ母親の育児への自信を感じていたものは33%であった。育児幸福感が高く，育児ストレスの低い状態で，蓄積的疲労感のない母親は育児への自信を感じていた。さらに夫や実母のほかに相談できる，経済的不安がないと認識しているが，自信との関連は小さかった。加えて，

子どもや他の人から自分が評価されていることを認識しており，子育てによる自信につながる自身の変化の実感があつた。

なお本研究は，平成23－27年度文部科学研究基盤研究Cの助成をうけて，「母親の健康チェックシートの開発と評価―育児相談への活用と縦断調査の試み―」の研究において行われたものである。なお，本論文内容に関する利益相反に関する開示事項はない。

文　献

1) 北村真弓，土屋直美，細井志乃ぶ．子どもの年齢別にみた母親の育児ストレス状況と育児ストレス要因の検討　父親との比較に焦点をあてて．日本看護医療学会誌．2006，8（1），811－820.
2) 清水嘉子．生後3か月の子どもをもつ母親の育児への自信―育児幸福感，育児ストレス，蓄積的疲労，属性の検討―．小児保健研究 2013，72（5），672－679.
3) 清水嘉子．生後1歳6か月の子どもをもつ母親の育児への自信．小児保健研究．2015，74（3），453－459.
4) Badr LK. Further psychometric testing and use of the maternal confidence questionnaire. Issues in comprehensive pediatric nursing. 2005，28（3），163－174.
5) 小林康江．産後1か月の母親が「できる」と思える子育ての体験．母性衛生．2006, 47(1)，117－124.
6) 唐田順子．乳幼児をもつ母親のサポート状況と育児不安の関連　病産院サポートを含めた分析．母性衛生．2008，48（4），479－488.
7) 松岡治子，行田智子，今関智子，他．妊娠期・産褥期・育児期の母親の不安について日本版STAIを用いた横断的研究．母性衛生．2002，43（1），13－17.
8) 関島香代子．子育て期早期の母親のやりたい子育ての実現．日本助産学会誌．2014, 28(2)，207－217.
9) 住生活総合研究所．共働き家族研究所　旭化成ホームズ，2010．<https://www.asahi-kasei.co.jp>（アクセス：2016年3月25日）
10) 小林佐知子．乳幼児を持つ母親のソーシャルサポートと抑うつ状態との関連．小児保健研究．2008，67（1），96－101.
11) 川村千恵子，田辺昌吾，畠山宗一．乳幼児をもつ母親のウェルビーイングに影響を及ぼす要因　属性，子育て支援のニーズならびに充足度からの検討．メンタルヘルスの社会学．2010，16，42－52.
12) 清水嘉子，関水しのぶ，遠藤俊子，他．母親の育児幸福感―尺度の開発と妥当性の検討―．日本看護科学学会．2011, 27（2），15－24.
13) 清水嘉子，関水しのぶ，遠藤俊子．母親の育児幸福感尺度の短縮版尺度開発．日本助産学会誌．2010，24（2），261－270.
14) 清水嘉子．育児環境の認知に焦点をあてた育児ストレス尺度の妥当性に関する研究．ストレス科学．2001，16（3），176－186.
15) 清水嘉子，関水しのぶ．母親の育児ストレス尺度―短縮版作成と妥当性の検討―．子どもの虐待とネグレクト．2010，12（2），261－270.
16) 越河六郎，藤井亀．労働と健康の調和　CFSI（蓄積的疲労聴講インデックス）マニュアル．東京，財団法人労働科学研究所出版部，2002，101－103.
17) 唐田順子，森田明美．乳幼児の子どもをもつ子育てに関する困り事や悩みごとに関する研究―児の年齢別，初経産別による検討―．東洋大学人間科学総合研究所紀要．2007，7，249－263.
18) 清水嘉子，遠藤俊子，松原美和，他．子育て期をより幸福に過ごすための母親の工夫とその効果．日本助産学会．2007，21（2），17－29.
19) 島井哲志．ポジティブ心理学―21世紀―の心理学の可能性．東京，ナカニシヤ出版，2006，92－94.
20) 及川裕子，久保恭子．乳幼児をもつ母親の精神状態と生活満足度．園田学園女子大学論文集．2013，47，85－93.
21) 寺見陽子，別府悦子，西垣吉之，他．今日の

母親の育児経験かとソーシャルサポートの関連に関連する研究（1）—子ども家庭支援センターを利用する母親の育児ストレスとその要因—．中部学院大学・中部学院短期大学部研究紀要．2008，9，59－71.

22)唐田順子．乳幼児をもつ母親のサポート状況と育児不安の関連　病産院サポートを含めた分析．母性衛生．2008，48（4），479－488.

23)山本理恵，神田直子．過程の経済的ゆとり感と育児不安・育児困難との関連　幼児の母親への質問紙調査の分析より．小児保健研究．2008，67（1），63－71.

24)Tokumaru T, Ozawa H. Association between Mothers' Concern about Child Rearing and Their Parenting stress. Acta Medica Nagasakiensia. 2006, 51 (4), 115 - 120.

Relationship between confidence in child care among mothers of three-year-old children and mental and physical condition, attributes, and support in child care

Nagano College of Nursing
Shimizu Yoshiko

Abstract

The present study aimed to examine confidence in child care among mothers of three-year-old children, as well as its relationship with child-care happiness, child-care stress, cumulative fatigue symptoms index, attributes, and support in child care. We surveyed 700 mothers of three-year-old children using a self-administered questionnaire, and analyzed data from 482 respondents qualitatively and statistically. Of these, 138 provided free responses relating to confidence in child care, with 33.2% feeling confident and 54.1% indicating they were not confident. There was a significantly higher number of confident mothers who had a high level of child-care happiness, had someone other than their husbands or own mothers to confer with, had no economic instability, and had lower child-care anxiety and cumulative fatigue symptoms index. However, the relationship between confidence in child care and having someone other than their husbands or own mothers to confer with and having no economic instability was weak..Situations that inspired confidence in child care included "confidence obtained from the child," "confidence from becoming aware of changes within the mother herself," and "confidence obtained from surrounding people." Our study identified factors that increase confidence in child care in mothers and suggest the need to provide support that heightens this confidence.

Key words：child care, mother, 36-month-old children, self-confidence